

واحدة الأقلام

صفحة أسبوعية



من أعداد:

حسن الشهري
مكة المكرمة - ص ٢٥٩١

الجزيرة وديوانه الرابع !!

صدر للزميل عبدالرحمن جهور الغامدي ديوانه الرابع الذي يحمل عنوان «أيا قلب الجريح» والذي حوى (٢٤) قصيدة نحر لكم منها القصيدة التالية :

لا تنهد من حرق
يلزمك تعرف سيري
يا صاحبي
كان الحبيب أولى حبيب
لكن ظروفه والصعب
تاهت بصحرا ديني
واصبحت في الدنيا غرب
واخشي جروحي واللهيب
كله ترى من غوري
يا صاحبي
لو تدرى دموعك ستين
ما عاد لك ماضي الحنين
لو انت عشت بحري
ولو تنفج امواج الاين
ماتاه في البحر السفين
يا صاحبي
واصبحت اداري لوجي
هذه معالم قصتي
هذي صور محبتي
مكتوب فيها علي
لا تنهد من حرق
هذي بداية سيري
يا صاحبي
أما الهاية
وبها
يا حورك
ما طول ليها
صبري تعدي طاقتي
وانا انتظر في غايي
وشحلي
يا صاحبي
في ديني

مات عم الحلال !!

يا لي خذت القلب ماترحم الحلال
حال المريض الي تزايد همومه
اسأل عنكم وأنت يائنه متأسل
من مره ملزوم نأخذ علومه
والقلب ناره في الخفاء تشعل اشغال
لأعه هبوب القيص ويا سمومه
بغيرك ما ريد حالا ولا مال
مثل الصبيب الي قرب منه يومه
مال الدهر ضدي غصب مال ثم مال
والقادم بين لنا من قدومه
لا نسمع يائنه في كل عدال
اعرف طريق العهد وعرف سلومه
يني وينك عهد يضرب بالثال
والعين عن شوفة هواها محرومه
سعد زايد الرفاعي - جدة

مقادير

جيتهم جن يفترق التضاور
ولو يملكو يحيي ترى قلبهم لان
وايش كثر روحاني وكثر المشاور
عساي اشوف الي له القلب خفقان
يجور في حبه وهادي مقادير
كم اشعلت بالقلب نيران .. نيران
اهواه دون اشعر بلبا تدابير
حبه سكن قلبي وان صرت عجزان
اسمر خفيف الظل حسن التصاير
له خال باليمس وبالمشمس فان
حكبه علاج القلب ما به تقاضير
يسحر به القاصي ويضع له الدان
بعثقه انا دأب اسوق المادير
رايح معي دأب وان صرت خسران
صالح العطيبي

توضيح لسمى

العرضة الشهرية

●●● لقد اطلعت على ما نشرته صفحة واحدة الاقلام بقلم الأخ (طارق حسن العمري) من تساؤلات واعتراضات تحت عنوان «العرضة ليست لبني شهر وحدهم» -

وقبل أن أبدأ في الأجابه على ما ورد في موضوع الأخ طارق فاني أحب أن أوضح أن ما كتبه عن عرضة بني شهر إنما هو من باب التعريف وتبسيط الشؤ ليس الا - ثم أن بعض ما كتبه لم يكن سوى اجتهاد مني - وكما هو معروف أن للمجتهد اذا أساب أجرين وإذا أخطأ فله أجر اجتهاده ..

وأجابه لسئلة الأخ طارق أقول وبالله التوفيق ، أولاً - سميت عرضة بني شهر بهذا الاسم على الرغم من أنها ليست لبني شهر وحدهم وإنما هي مشتركة في معظم قبائل المنطقة الجنوبية والسبب في ذلك أن تلك التسمية جاءت كاستصلاح أو تسمية متفق عليها بين أبناء القبائل في هذه المنطقة لئلا هذه العادات الشعبية فيقال مثلاً ،

الخطوة الصبرية على الرغم من أن رخصة الخطوة تسمى في أكثر من قبيلة وخاصة ما كان منها في تهامة الا أن تسميتها بالصبرية غلبت عليها فأصبحت تسمى بذلك الاسم .

كذلك هناك «الغلب الشهرية» الذي يؤدي في قبائل أخرى ويسمى فيها «بالزغفة» ولكن الاسم السائد أو الأشهر هو الغلب الشهرية .

والغلاة أن التسمية جاءت للتمييز وليست للتخصيص ..

ثانياً - بالنسبة لقول الأخ طارق أن المناسبات والأعياد في كل منطقة فيها صحيح - ولكن أداء هذه المناسبات لا يقتصر على الأعياد والمناسبات الوطنية العامة فقط - وإنما يشمل الأفراح والختان والأعراس وعند استضافة قبيلة ما لأخرى - وهذه المناسبات خاصة ولا تشترك فيها كل القبائل -

ثالثاً - من الناحية التاريخية أحب أن أوضح لأخ طارق أن قبائل رجال الحجر اسم يطلق على أربع قبائل كبيرة في جبال السروات وفي تهامة وهي : بنو شهر وبنو عمرو وبنو النضر وبنو النضير وهي تنتمي الى شهر بن النضر بن النضر بن الأزد بن كهلان بن سبأ ابن يشجب بن يعرب بن قحطان .

ومعروف أن شهر هو جد بني شهر وهذا دليل على أن أصل بنو عمرو وبنو النضر وبنو النضير يعود الى شهر بن النضر وبنو عمرو وبنو النضر وبنو النضير ولا ينبغي أن ينسب اسم هذه القبيلة التراتبية الأصلية اليه - ثم هل يقلل أن ينسب الأصل الى القرع !!

خاتمة : قبل أن أختتم هذا الموضوع أجد الفرصة مناسبة لاهداء

صالح أبو عراد الشهرية

قبل أن أختتم هذا الموضوع أجد الفرصة مناسبة لاهداء

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

صالح أبو عراد الشهرية

ماذا أقول

ماذا أقول ؟!

ماذا أقول ؟!

وقه، دهنتي

في انمري عينك في الماضي

البعيد

ماذا أقول ؟!

وقد لبستي

غير ثوب الامس لي ثوبا

جديد

ماذا أقول ؟!

وقد زرعتي

الشك في قلبي وقلبي لا يريده

ماذا أقول ؟!

وقد أضحتي

كل ماضيت في حبي

الوحيد

ماذا أقول ؟!

وقد قتلتني

حب حاضرا وماضيا للتليد

سعيد مسفر زياد

أوراق

خضراء

سدي .. مع حروفك ..

تكر احلامي

تخضر اوراق ..

تعبي اوراق ..

ليتك تقرأ افكاري

تسمع همس اوراقي

تخرجني من العذاب ..

ر.س

عذاب الوجد

تعذبي وانما تعذب ومرهق
وحبك ساكن في وسط ذاتي
دخيل الله في حالي ترفق
قبل يا صاحبي ملقى بماني
من اسبابك ترى موني حقيق
ولا باقي سوى اكسب وصاتي
وانما في عثرتك ماني موفق
سوات الله زي ماهي سواني
وتري باب الامل مازل مفلق
ومفتاحه معك انقذ حياتي
عليك اليوم انا قلبي ينطق
حرام الصد منك يا غيبياتي
عبدالله الشيباني

لغة الغرام

لغة الغرام تطل من عينك
هل ترحي صبا سحر هواك ؟
ياربة الطرف الكحيل ترفقي
الي اسيرك في انمري
رفقا بقلب كاد يقطعه السوى
ويستدوب من شوق الي رؤياك
يامن تحاكي البدر ليل قامة
والبدر يحجل من سناء سناك
أنت رجائي في الحياة ومقصدي
هيات ان ارضي الحياة بلاك
مهما التباعد في المسافة بيننا
لا لن يحل بهجسي الاك

ضيف الله عبدالعزيز الزهراني

الوجد الآخر

لاحظن في عينك دمع الاصدار
دعما توارى فالجفون من الخجل
واحر وجهك وانثى لي بنكار
ثم انكشيت خلف امشي م الزعل
وصارت بواحد هرجا .. ترجع مرار
وفي كل مرة تبعد عما حصل
نضحك ووسط انفعا لدني السار
حي يخرج القيل دوم من الزلل
احذر تحبسي على نار وشرار
انا برودي .. يا حياي .. مكمل
وفي غيرة الحب الذي دام منار
يحجل تقاهنا بعد من اللال
يا صاحبي بالقلب لك مبي ودار
طوقها بالسود ميجيا خلل
لاتحذر قلبي يروم الاصدار
قل لي احبك ما ابي فيها بدل
تري الصافي يا بعد عمري شمار
يضوي طريقك ثم يحيي لي الاذل
من دش في دروب انوي لازم يغار
على حبه وغيرته تجلب زعل
لاهن تقاهنا على غط ومار
ارتاح قلبي من فاضات وجدل
ولا اذا كان الهوى له قرار
عندك فانساني وجرحي يندمل
لاصار حتى الود وجهه مستعار
تغيرت فينا مفاهم الامل

سالم سليم الرشدي
المدينة المنورة

من ورائع السهم النبوي

ياوتني باقضي الضماير سدها
لا رقت مشدوب المراقب تزداد
على الذي مضى قلبي عقدها
حبه بمكون الحنا يند اسناد
الي ك النجول غرة نهدها
والقرب عن رؤس الثمر غاد انجاد
ماترتع الا وحدها
تقطف زمايق الخزامى بالاجراد

محمد بن احمد السديري

قولي أي حاجة تكون
المهم أسمع كلامك
أسمع الصوت الحنون
يحتوي نبضة غرامك
«أبو محني»

موعدة رحلة .. !!

غصبا علي اقطع تذاكر وفيزات
اخرج بها من ديرة ام الشاير
واقطع بها وديان عبر المطارات
وتترك فؤادي عند يسي غابر
غصبا علي اقطع جيع العلاقات
الا خير يوصل كما طيف عابر
غصبا علي اقف وارد التحيات
وكل الديقن بلوحة للماسر
يا ناس موقف صعب هي البهايات
اذا قالوا الاطفال انه مسافر
هزوا شعوري هزوا النفس هزات
برادة الاطفال تسمى نادر
في سلم «الانهار» كانت سيعات
احس فيها النفس متي تبادر
وقالوا عن الرحلة بقيت ساعات
قلت اجلها ماعد ابقي اسافر

محمد دخيل الله المطرفي
جامعة البترول والمعادن

قالوا عن الرحلة بقيت ساعات
قلت اجلها ماعد ابقي اسافر
عزي لمن في ظلمة الليل مابات
ماله تدن غير خفق المشاعر
يحب مرور الليل ساعة ولحظات
وعقب متى وقت السفر والغادر
ان هو يجني زادت الروح آهات
وان هو يمر هلت العين ماطر
وان هو تحدى النفس للفن طاقات
واصعب علي الرجال دمع الحواجز
يذكر ديار الامل ويجر ونات
حين يشده لآله ام المفاخر
حين يطالب نفس وبطاط الذات
ويقول للحوان لا لا تسافر
حرك اهلك او ديرتك والقرايات
اكيد حيك للاهل مار قاطر
والناس ما يدرون ويش الخفات
ويش الذي قانسف يبري ودابر
الحب يقى لو تطول المسافات
مهما يطول الوقت ويسر ساير



اعداد : أبو هاشم

توجيهات نبوية

عن عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ قال : من ظلم قيد شبر من الأرض طوقه من سبع أرضين .. متفق عليه .

قال

قيل لخالد بن صفوان :
أي اخوانك أحب اليك ؟
قال : الذي يسد خللي ويغفر زلي ويقبل علي .



● سعادة سفير جلالته لدى أوندونيسيا الأستاذ محمد سعيد بصراوي وإلى يساره وزير الشؤون الدينية الأندونيسية الحاج مناور شاذلي داخل معهد رباط الخيل الديني في بلدة تشارونغ كوتاي في كاليمنتان الشرقية . وسط ترحيب وحفاوة بالغة من قبل طلاب المعهد وإساتنته .



● الأستاذ محمد سعيد بصراوي يلقي كلمته في حفل وضع حجر الأساس لمشروع اتحاد المسلمين ، أمام العلماء ومسؤولي الحكومة المحلية في مدينة ساراندا في كاليمنتان الشرقية . حيث قال سعادته أن اتحاد المسلمين ساهم في نشر الدعوة الإسلامية عن طريق دعاة العاملين في المناطق وأعداد دعاة للذهاب إلى مناطق القبائل التي تعيش على الفطرة ودعوتهم إلى الإسلام .

نظرات في كتاب « حياة محمد ﷺ » لمؤلفه الدكتور محمد حسين هيكل

التعريف بالكتاب :

(حياة محمد) تأليف : محمد حسين هيكل . الطبعة الرابعة . مكتبة النهضة المصرية ١٩٤٧ .

يقع هذا الكتاب في ٦٢٩ صفحة وقد صدره صاحبه بالأهداء وذكر المراجع التي اعتمدها وهي متنوعة عربية قديمة وحديثة تبلغ حوالي ثلاثين مرجعا . واجبة قديمة وحديثة أيضا من الإنجليزية وفرنسية تعد حوالي ثلاثة عشر مرجعا . وقد عرف به الأستاذ المرحوم محمد مصطفى المراغي بمحدث شيق مستوف لا في الكتاب من مواضع ، منها بمجهيزات المؤلف غالي صفحات . كما أن المؤلف نفسه قدم كتابه للقراء في أربع وعشرين صفحة وكانت هذه المقدمة خير كاشف لما في نفس المؤلف من تشبع بالمادة يدل عليها اكثاف المعلومات من جوانب شتى تاريخية وجغرافية واجتماعية وسياسية .

كما كاشف لما في نفس المؤلف من تشبع بالمادة يدل عليها اكثاف المعلومات من جوانب شتى تاريخية وجغرافية واجتماعية وسياسية . مع الرد على هذه المآخذ . بالكتاب واحد وللاثر فضلا وخاتمة ذات مبحثين وبخريطة بلاد العرب في عهد محمد ﷺ .

بعض أهدافه :

يريد الأستاذ هيكل رحمه الله أن يفسد الغاية التي ترمي إليها الخطة لتصور بالإنسانية ولائقة ضررها عند الإسلام والشرق حين يصيب الإنسانية العظم والجودة في نصفيها الأكبر والأحق في الحضارة على حسب التاريخ (١) وله فكرتان :

١ - أولاها : تناوله لدراسة شخصية الرسول بالتفصيل والمقارنة مع مراعاة الجوانب التاريخية والطرفية .. فهو يعترف من أروحية المولد والنشأ والبيئة ويلاحظ التأثيرات الحية التي اكتسبت كامل الحياة وما تركه بعد كل ما يقف والمقومات الروحية التفضيلية والبشرية الحياتية .

٢ - ثانيها : العمل على دحض الادعاءات الصادرة عن بعض المسلمين - غير حسن نية - والرامية إلى تقديس وتزيين الرسول عما يخل بالأدب مع مقاومة ، حسب تصورات خاطئة لا تصمد واقع الدين وسلم النطق ، حل تصور بعضهم للمصمة (٢) . والادعاءات الصادرة عن بعض المستشرقين - عن مؤنسة - والرامية إلى الخط من القيمة والظن في النبوة والتشكيك في الدين .

٣ - ثالثها : غاية جهود المؤلف حين يقول : «أريد أن أبطل ماضي الإنسانية ومستقبلها على أنها وحدة كبرى لا تفرق بينها التفرقات ولا الجسبات ولا الأديان برابطة ترمي إلى تحقيق أمشي غاية تعلقت بالآلية الإنسانية منذ نشأتها : رابطة الأخاء الحر في ظل الحق والخير والجمال .. فكل وحدها هي الرابطة التي تكفل هداية الإنسانية في سيرها الحديث نحو السعادة والكمال» (٣) .

القرآن معجزة كبرى :

الرسول ﷺ معجزات تحدث عنها المؤرخون وهي متينة باتهاء زمانها - شأنها شأن معجزات غيره من الرسل - إلا أنه تفرق عن سائر المرسلين بمعجزة دائمة هي القرآن ويدعم هيكل ذلك بقوله : «الرسول نفسه عليه الصلاة والسلام كان حريصا على أن يقتدر المسلمون أنه بشر منهم يوحي إليه حتى أنه لا يرضى أن تسب إليه معجزة غير القرآن .. ويصارع أصحابه بذلك» (٤) .

انتشار الإسلام :

والى جانب إشارة هيكل إلى عظيمة معجزة محمد فإنه إبان مدى سرعة انتشار الإسلام على رقعة واسعة من العالم .

يقول هيكل : انتشر الإسلام في مائة وخمسين سنة من الأندلس في قرب أوروبا إلى الهند وإلى تركستان وإلى الصين في شرق آسيا الشام ، العراق ، فارس ، أفغانستان ، مصر ، بركة ، تونس ، الجزائر ، مراکش ما بين أوروبا وأفريقيا ، الجزيرة العربية ، القسطنطينية ، البلقان ، ودخل الإسلام إلى روسيا ، بولونيا ..

٥ - أصبح الإسلام كل هذه البروج وكان مصرا كدين كأروع ما يكون وتعتبر كدولة لوجود الحضور .

الإسلام والمسيحية :

أصدر القتال بين أتباع عيسى وبين المسلمين قروناً متتالية ولم يفل القتال عند حرب اللينة والدفاع بل تعداه إلى مباحين الجدل والنضال الكلامي ، جاء المقاتلون فيها بأسماء محمد وعيسى ، وجعل كل فريق يلتمس الوسيلة لتأليب السواد واستطرة حاس

شركة أباروزيني

تعلن عن سفر مكفولها /

هدايت ديمرجو «التركي الجنسية»

بتأشيرة خروج موعودة ولم يعد حتى تاريخه .

والشركة تتوج من يعلم عنه أي شيء الانتهال بها

بالشريعة شايح عمر بن الخطاب ص.ب ٥٧٠٠

تليفون : ٦٥١٤١٠٤ حدة

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

١٠٤٤

الاستاذة عصمت الدين كركر

الجمهورية ونصها .

١ - على الرغم مما يقال أن الحروب الصليبية وضعت أوزارها منذ مئات السنين فقد ظل تصيب الكنية المسيحية ضد محمد ﷺ على أشده منذ عصور بعيدة إلى عصور قريبة ، ولعله مازال على أشده ، لقد أظهر المسيحيون شجاعة حيث افسدوا وحاولوا أن يصفقوا بالدين امر اخذار المسلمين بخلاف المسلمين فانه شق عليهم أن يظهر الجور على أهل كتاب مقدس .

تعرضه لادعاءات المستشرقين :

المستشرقون يريدون :

١ - نفي القديمة عن القرآن ، ويدعون أنه من تأليف محمد .

٢ - اتهام النبي بالصرع والجنون .

٣ - الخطن بين البحث عن الشخصية والأثر .

ويرد هيكل على هذه الادعاءات بما يلي :

١ - إذا وقع التسليم بوجود كتابين مقدسين : التوراة والإنجيل ، فما المانع أن يكون القرآن وحيا وكتابا مقدسا .

ثم أن كيفية الوحي وكتابه وحواشيه والتدوين وحفظ الحفاظ له ، والتواتر وفكرة الجمع والمراحل التي مر بها ، كل ذلك يدل دلالة قطعية على أن الكتاب تنزيل وغير عرف .

٢ - أن حكمة القرآن وما يطره صاحب الرسالة يتتال ادعاء الصرع والجنون خصوصا وأن العلم الحديث قد بين ما فيه الصرع والجنون والاضطراب النفسي الذي يعانيه مريضهما .

٣ - يميل للخلط بين البحث عن الشخصية والأثر بقوله :

«البحث عن فلسفة افلاطون أو مسرحيات شكسبير أو فن رافائل لا يطلع في قيمة هذه المعالم الحضارية معاشه هؤلاء الأجداد في حياتهم الإنسانية العادية إلا إذا افترض الحقد في قلب العلم فالخندق لا يعرف الحقيقة» .

١ - اتقيد بقواعد النقد العلمي تقيدا يعصم من الزلل ما استطاع الإنسان أن يعصم نفسه .

٢ - يريد أن يصل ببحه هذا إلى دراسة عملية على الطريقة الغربية الحديثة إلى خلق ووجه الحق .

ويجد دراسة نقدية لكتاب حسين هيكل «حياة محمد» قام بها «باتري وسلس» بالإنجليزية .. طبعة لندن ١٩٧٢ وبه ٢٧٧ صفحة يقول الكاتب : «أراد هيكل أن يدرس حياة محمد بأسلوب علمي اتبع فيه مناهج الفلسفة الوضعية التي قادها ماوغيست كورت» والتي تقصر عنايتها على الظواهر والوقائع الظرفية مهما كل تفكير تجريدي في الأسباب المطلقة فهو يفتح طريقا جديدا في البحث لكنه كان غير مساعد استعدادا كافيا لكي يستخرج الأحداث حيث تراه يحكم على تاريخ الأئمة للحقيقة بقسوة الاضطراب العلمي .. ونجد أحيانا في تحليلاته يفتضح لسيطرة العلم فتراه لم ينتج في رده على المستشرقين حيث لا يخفى أخطاؤه .

يمكن القول بأن بحثه يتبع الأسلوب الدفاعي إذ يحمل السامع على الاعتقاد بأن رده على المستشرقين لا يخلص دائما لسلطان العقل من أنه اعترف بما قدمه هؤلاء من أباد يضاه في الموضوع .

١ - ويلخص حكمه على هيكل في أمرين :

٢ - قدم للشباب المسلم صورة جديدة حياة محمد كمنال للحياة العصرية والاجتماعية والديناميكية .

وإذا جعنا بين رأي هذا الكاتب ورأي محمد مصطفى المراغي في كتاب «حياة محمد» نجد الفهوه بالجهود والاعتراف بالقدرة العلمية مع الخلاف بينهما في حكمه على أعمال المستشرقين .

الملاحظات الشخصية :

ان كل الحركات الإصلاحية سواء كانت دينية أو سياسية أو اجتماعية إذا كانت ذات عمل عقائدي وتمتكت من تغير أوضاع بما أوست من مفاهيم جديدة ونظم ذات قيمة هي لأشك حقيقة بالدور والعباية .. والواقع أن دراستها : منفصلة عن محدثها تكون ثغرة ، وقد تكون غير موفية بالفرض المرجو منها .. لذلك وجب حقا دراسة شخصية للمصلحين والفلاسفة والعابرة والزعماء والرسل لغاية فهم ما انطوت عنه حركاتهم ، ودراية ما أجندته من إصلاح وثورات أثرت على الواقع وغيرته .

١ - انتصار الإسلام - ٢ - الإسلام والمسيحية - المستشرقون والإسلام . رأيت هذه المواضع هي قواعد لجل البحث وأرضية السؤالات ومرمي الادعاءات فأردت أن أقوم بعرضها في كتب مختلفة أخصي منها :

١ - كتاب «محمد» «تقريباً مؤيد» طبعة باريس ١٩٥٧ ، ٧٠٨ صفحات .

٢ - كتاب «محمد» للاكسيم رودنسن طبعة باريس ١٩٦١ به ٣٨١ صفحة .

٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

١٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٢٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٣٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٤٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٥٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٦٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٧٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٤ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٥ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٦ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٧ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٨ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٨٩ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٩٠ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

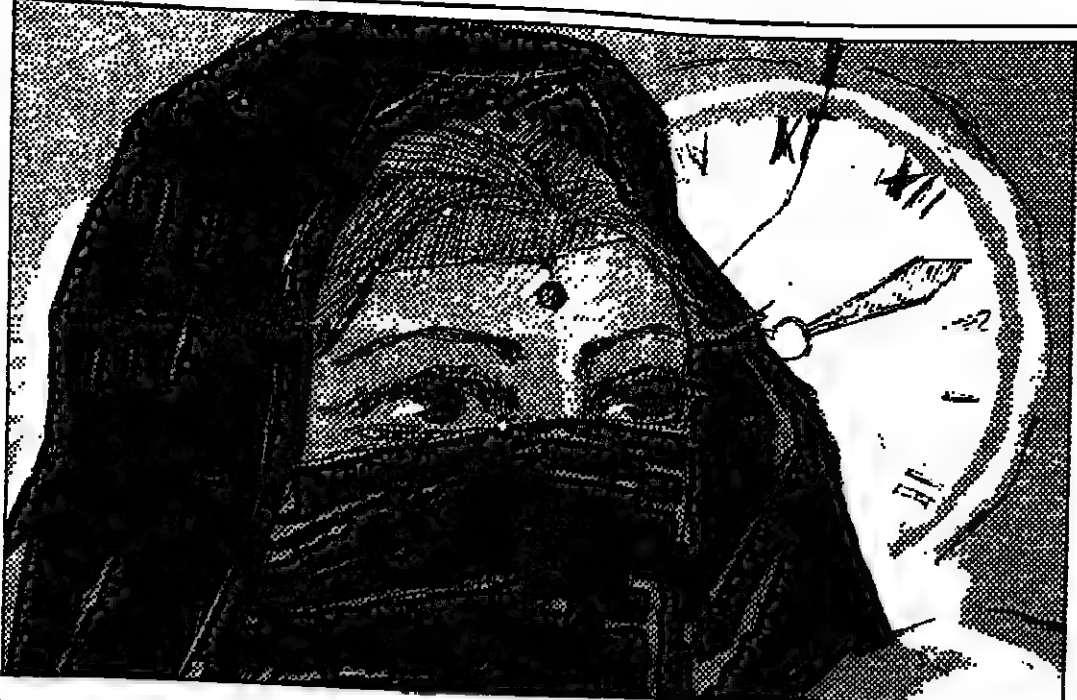
٩١ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٩٢ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٩٣ - كتاب محمد رسول الله محمد حيد الله طبعة ثانية بيروت ١٩٧٥ في جزئين به ١٠٤٤ صفحة .

٩٤ - كتاب محمد رسول الله محمد

كيف نواجه الضغوط المستمرة والتوتر في حياتنا؟!



د. سعيد عيد العظم محمد
استاذ الطب النفسي
بمستشفى الدكتور عرفان بجدة

أمرهم .. إنهم يجدون متعهم في المنافسة .. ويعملون الكثير من المشاعر العنيفة .. ويفضلون الموت على الفشل أو التنازل ..
والعرض للضغط المستمر والاجهاد الدائم لا يؤدي فقط الى الاجهاد النفسي .. ولكن الى الاجهاد الجسدي ولكي نواجه ضغوط الحياة وتوتراتها لا بد أن نتيه اليها حتى نتجنبها .. فلا داعي للارتباط بأكثر من شيء في وقت واحد .. مثل العمل والدراسة ورعاية أسرة كبيرة متعددة الأبناء .. فالجهد الموزع في كل هذه الاتجاهات يبدد الكثير من طاقنا وصحتنا .. ولنعلم اننا يمكننا أن نعمل بكل طاقنا بعض الوقت ولكن ليس بصفة دائمة .. فإلا نلحق الصماء اذا استمر دورنا بدون راحة فإنا نحرق وكذلك جسم الانسان معرض للاجهاد والمرضى اذا استمر الاداء بأعلى المستويات ولفترة طويلة .. لا بد أن ندرك بعض العلامات الخفية لزيادة الاجهاد الجسدي والتوتر النفسي .. مثال ذلك رقة العضلات أو التهاب أحد

لقد أصبح التوتر جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية .. وكثير ما يبالغ دون أن يشعر في العرض لزيد من الضغوط والاجهاد المستمر .. والعرض يبدد جهودنا كبيرة لاستكمال العمل مهما كانت المعاناة بدون أن يعطي نفسه أو جسده إلا القليل من فترات الراحة .. أو الترويح .. بل أنه لا يتمكن من إعطاء جسده فرصة للإسترخاء .. ومع المعاناة النفسية والجسدية في العمل فإنهم يعانون كذلك من مشاعر الغضب أو القلق المستمر وإذا أضفنا الى ذلك الاضطراب في العادة السنية مثل التدخين المستمر أو تناول الغذاء الدسم بدون وعي وإحاطة الخاملة الكسولة الخالية من أي نشاط فإن العرض للمضاعفات مثل نوبات الذبحة الصدرية وضغط الدم المرتفع وقرحة المعدة وغيرها هي النتيجة الحتمية .. وهناك البعض الذي يحاول عمل أكثر من شيء في وقت واحد .. ويشعره أن الراحة والاسترخاء تصبح للوقت .. إنهم دائماً يكرهون الانتظار وفي عجلة من



اعداد:
رقية تناظر

من أرشيف الطبيب

انزلاق الفقرات

أصبحت عملية انزلاق الفقرات من العمليات الشائعة اليوم ، وهي العملية التي نتأصل فيها ما يسمى بالثورة اللبنة التي تقع في القرص بين الفقرات حيث تضغط أحياناً على الجذور العصبية .. وتسبب آلاماً مبرحة للظهر والظرف السفلي المصابة أعصابه .

د. ملاذ رأفت الاتاسي
استشاري امراض وجراحة العظام
بمستشفى الشاطئ بجدة

وقد أعطت هذه العملية نتائج باهرة في بدايتها .. ولكن مع الزمن تبين وجود اختلالات كثيرة لهذه العملية .. وعودة للألام بسبب التصادفات وتبدلات حول جذور الأعصاب وبدأ التفكير في بديل لهذه العملية .. وفي أواسط السبعينات تم استخدام أحد أنواع الخياثير لخصها بين الفقرات وتبين أنها تذهب هذه الثروة وتعني عن استئصال الجراحي وبدأ استعمالها على نطاق واسع بلغ حتى الآن عشرات الآلاف من المرضى ويتابع مرضية على ما يبدو .

وقد أعطت هذه العملية نتائج باهرة في بدايتها .. ولكن مع الزمن تبين وجود اختلالات كثيرة لهذه العملية .. وعودة للألام بسبب التصادفات وتبدلات حول جذور الأعصاب وبدأ التفكير في بديل لهذه العملية .. وفي أواسط السبعينات تم استخدام أحد أنواع الخياثير لخصها بين الفقرات وتبين أنها تذهب هذه الثروة وتعني عن استئصال الجراحي وبدأ استعمالها على نطاق واسع بلغ حتى الآن عشرات الآلاف من المرضى ويتابع مرضية على ما يبدو .



سلطة البيض
المقادير : ٦ بيضات - فئجان كرس مقطع قطعاً صغيرة - خس - بقونس مقروم - ملحقة من البصل المبشور - فئجان صلصة مايونيز - ملح - فلفل - رأس فليفلة خضراء واحدة
الطريقة : يسلق البيض جامداً ثم يقطع بالسكين قطعاً كبيرة نوعاً ما يضاف الكرسي والبصل ويصل الخليط بالمح والخل ثم تصفى اليه صلصة المايونيز وتقلب بسرعة - يفسل الخس جيداً وتتمعمل منه الاوراق الصغيرة نوعاً ما لتحتل كل واحدة فئجاناً او طبقاً صغيراً وترص الاوراق في طبق المد للتقديم (ست اوراق) ثم يفسل الخليط السابق تحضيره الى ستة اسام ويوضع كل قسم على ورق من اوراق الخس بشكل هرمي .
يجمّل الطبق بالبقونس والفروم وحلقات الفليفلة الخضراء ويقدم .

ملحظة : تعطى لكل شخص ورقة من اوراق الخس بما عليها .
وجبتك في الشتاء
من انواع الخضار الطبخية ، حبوب مطبوخة يخنى ويفضل ان تكون بالسمن النباتي .
من الحساء : حساء الخضار والبريه على انواعها .
من السلطات : سلطة شندر وسلطة خس .
من الفاكهة : ليمون البرتقال .
من اللحوم : مطبوخة ومقلية .



المفاصل أو زيادة نوبات الزكام والحساسية وكثير ما يتجاهل هذه العلامات الخفية .. ويحاول الصلح عليها بأسبسية أو أي دواء يستمر في الحركة أو العمل أو الدراسة مثلا بدون أن يعطي نفسه فرصة للراحة . وقد تعجب هذه الأعراض رغم ذلك .. ولكن الى حين .. لعود مرة ثانية في صورة أعف وأخذ .. وقد يقول البعض أني لم أرق في حياتي يوماً واحداً أو أن قدرتي على التحمل كبيرة ولكن هذا قد يكون صحيحاً عند بعض الناس .. ولكن ليس عند أغلبهم فإن كثرة الاقحام من سهر مستمر واستيقاظ مبكر واستنزاف للوقت الجسدية لا يمكن أن يستمر طويلاً .. ومع تقدم العمر تناقص القدرة على مواجهة الضغوط .. وإن عاجلاً أو آجلاً لا بد أن ندفع الثمن .
لا بد من إعطاء نفوسنا وأجسادنا فرصة للراحة ، في الاجازات المناسبة .. فإن البعض يصور .. انه اذا ترك عمله فإن كل شيء سينهار أو يتحلل .. لا بد أن نعطي الفقه لن حولنا ومن يتوب عنا حتى نجد فرصة لاستعادة نشاطنا والعودة بطاقات أكبر .. ولا بد أن نفهم كذلك لغة أجسادنا ، ليس فقط انها تعني التعب أو المرض .. ولكن لأنها توضح لنا أن هناك ثمة خطأ ما في حياتنا العملية فإذا أصبنا بصداق فلا بد أن نسأل أنفسنا ماذا يسبب لنا هذا الصداق ؟
هل هو شيء لا نستطيع أن نفلت منه .. أو أسلوب أحد أفراد الأسرة يسبب لنا الخاب والضغط .. ومن يشعر

بألم في ظهره هل يعاني من بجم فوق ظهره يتابعه مثل الرئيس في العمل .. أو الزوجة أو الأولاد .. وغصة الحلق قد تعني أن هناك من الموقف ما لا نستطيع أن نبلمه أو أن نصح في مواجهته .
الأم الكفين قد تعني المزيد من المسؤوليات أكثر مما نستطيع أن نقيم به .
إذا أردت الخروج من دائرة التوتر والضغط المستمر عليك أن تجد مخرجاً لطاقتك الخلاقه وهواياتك المبدعة .. مثل القبول الخفية من رسم وموسيقى وشعر .. وهوايات يمكنك أن تقضي فيها بعض الوقت المتع بدون توتر أو معاناة .
عليك أن تمارس بعض أنواع الرياضة فالجهد المعتدل أثناء ممارسة لعبة أو مباراة أو عدو أوسى مجرد سير على الأقدام يبدد كثيراً في الفراغ النفس من كل التوتر ومشاعر الغضب والافعال .
وهناك من يمارسون البيغا ويستطيعون أن يصلوا بها الى مزيد من الراحة والإسترخاء . ولا بد أن نذهب بين الحين والحين الى مكان بعيد على شاطئ بحر أو في خضرة واحة .. ونترك كل شيء وراءك في خطا من الراحة والإسترخاء لا بد أن نشعر في كل ما فعل أو تؤدي أنك قريب من الله بكل الرحي والحب .. فالإيمان الصادق يقي القلب من كل ما يشوبه من أرق وأخاد . وعلا الحياة بالحب لنفسك ولأهلك ولجارك ، اذا أدركت ذلك . وعرفت أن الله لا يكلف نفساً إلا وسعها أدركت أهم أسرار الحياة .

كوفي على وحكي .. بدقول غم طغلك!

نغشى ايته الام العزيزة ان تجدى طغلك حينما تكون سنة ما بين السابعة والثالثة عشر مصدر متاعب عديدة لك كثير ضيقك وضغيبك .. فهو يبدو لك في منتهى الشاوة لا يكف عن اللب والجرى والقلق ..

يقلم
ليلى عبدالله
الاخصائية الاجتماعية

المعنى على العكس يزود .. فأقبل الطفل في هذه السن على اللب ليس شقاوة ولكنه حقه الطبيعي .. ومن واجب الام أن تسهل له هذا الحق .. وأن تنظم له .. وأن تشجعه على ممارسته بطريقة مناسبة .. لا أن تصدر هذا الحق الطبيعي وتحرره منه .. فان هذه المصادرة هي الخطر الاول على صحته بل وشخصيته .

وقد تتحملين الضيق وتكتفين الغضب .. ولكنك لا تلبث أن تقرري اتخاذ موقف حازم عندما تلاخطين ان طفلك أصبح يميل الى النعافة عندئذ يستملكك القلق على صحته .. عندئذ ستعتدين أن شقاوته هي سبب لنعافته .. وستبدئين كل جهدك .. وتتخذين كل الوسائل للحد من هذه الشقاوة وتحاولين منه من اللب مع زملائه .. تسترخين في وجهه كلما لاحظت انه يفتقر هنا أو هناك .. تتعدين بكل جهدك أن تقيدى حركته خوفاً على صحته .

هل انت وكثيرات من الامهات على حق لا ان الام التي تتخذ مثل هذا الموقف مضطربة .. وسر الخطأ انها على الارجح ليست لديها المعرفة الكافية عن تطور نمو طفلها بمختلف مراحل الطفولة من التي يمكن فيها الإغناء عن الجراحة وهي الحالات الزمنة والتي لم تسبب شللاً حاداً يستدعي التدخل الفوري .

أدوات هذه الآلة بسيطة .. وهي تجرى بتخدير موضعي .. والرضع يشاهد معنا على شاشة التلفزيون القصة كاملة .. وهي لا تحتاج أكثر من يوم أو يومين إقامة بالمستشفى وتجري أحياناً في بعض الشافي في الصادات الخارجية .
يقي هناك سؤال هل سيكون بإمكاننا دون روتين احضار مثل هذه العفارات .. والتوفر على بعض المرضى في بلدنا إجراء عمليات جراحية ليست سهلة ؟ أم أن الروتين سيتركنا على ما نحن عليه إلى أن يحضرها الخرجة مع ذات يوم ؟!
لا بد من القول .. أن تخدير المرضى وفحصهم سريرياً وشعاعياً يجب أن يبق محصوراً ضمن فريق طبي خاص ثابت يجمع بينه بالنسبيلات لكي يكون على المستوى الذي نريده . والله الموفق .



● ايته الصديقات - نحن نلزم كثيراً حين نغف .. وكثيراً ما يصبينا الغفوف من الاخفاق بالقلق والاحباط والانسان القوي هو الذي يدفعه الاخفاق الى الاسرار وتعدي الظروف والتعبات فما كانت ..
والانسان المؤمن لا يقلل أن يدفع أو أن يعنى رأسه امام المعن والمصاعب -
ولا بد من أن يكون كالفواص الذي يقاوم الموج ويحمى الضمركى يصل الى حلق البصر - فيدلل بذلك عبقة قد تعترض طريقه او انه خاف وجبن وغشى الاخفاق -
ومن المفروض الا لغاف الاخفاق بل بتعبه ضروريا ان اوفنا الوصول الى الاهداف والغايات .

● اعزالي - ليس المهم ان تقدم نصيحة - او ان تسحب الى نصيحة .. ولكن المهم من ذلك - هو ان تكون النصيحة التي تقدمها - او التي تلقتها من قريب او غريب نصيحة صادقة خالصة لا تتصلها مصالح فردية ولا تشوها اغراض او غايات .
ان مدى تقبلنا للنصائح يعتمد على مدى الشاغة بالنصيحة وتفتنا بالناسج - وتأكدنا من نزاهة وحسن نواياه - والا فلاننا سنرفض النصيحة دون شك .

بريد المحررة
● الاخت مها صالح العيسوي من جدة -
ان اهلك يا اخت سمية هو -
السبب فلا تحاولي اتاء لومك على الآخرين - اذ كان بإمكانك ان تكوني أكثر اهتماماً ببيتك -
والأولاد لعل هذا الدرس يتفهمك مستقبلاً .
● الاخت مها صالح العيسوي من جدة -
ان اهلك يا اخت سمية هو -
السبب فلا تحاولي اتاء لومك على الآخرين - اذ كان بإمكانك ان تكوني أكثر اهتماماً ببيتك -
والأولاد لعل هذا الدرس يتفهمك مستقبلاً .

في يوم ما امرتني امي ان اعد طعام لقدام حيث كانت ستذهب الى جارة لنا مريضة وتريد زيارتها .. وللت لها معلومة ، تمت امرك يا امي العزيزة وبالفعل اعدت الطعام كاملاً ثم وضعت على النار لينضج - ثم ذهبت الى غرقتي وكأني فالتنا سحبت إحدى القصص واخذت اقرأ فيها وأخذتني الحساسة وجمال القصة الى عالم آخر غير عالم الطبيب الذي امرتني به امي رحمة الله عليها !!
واخذت اقرأ .. حتى شئت . والحة غريبة في اني !! وبسما بدقائق وجدت سحابة كبيرة سوداء من الدخان تملأ الغرفة التي انا بها وعلى الفور سمعت من احلامي مع القصة على حريق من الواقع !! القصد حريق الطبيب الذي امرتني به امي حيثما تعود لا وجاءت امي وعلمت بما حدث - وطبعاً لم ينفع ساعتها الاسف والاعتذار والتندم - ولكن الذي نفع معي وعن صدق تلك الضربات على كفتي - والتي ناولتها في امي بسبب اهائي - وايضا هذا الحرمان من قراءة القصص لحة شهر وأنا كما ذكرت سابقاً ان حياتي والضم الذي احبه في ذلك الوقت هو القراءة - وطبعاً لم افتح قلمي بكلمة جواز هذه القراوات العاسمة من امي - وحتى الآن اذكر جيداً ولا انسى هذه الواقعة ابداً .. وهي مرة

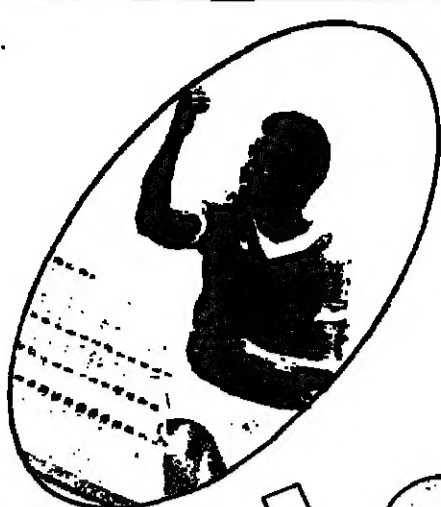
مذكرات جدّة..

تكتبها أم يحيى

واحدة وكانت ولم تعد مرة أخرى !!
كانت امي تعطى لي الحرية في القراءة - وفي نفس الوقت اذا كانت هذه الحرية لا يقع من جرائها خطأ ما - فانا اجازي على خطره واحرم من هذه الحرية ويبدون شك كنت احترم قرار امي لانه الصل بعينه اخطأت فيكون عاقبة ذلك العقاب - وانا ارضى بذلك بدون مناقشة لشعوري بنفسي وما أجمل ان يعترف الانسان بخطئه ويكفر عنه بعد ذلك .
اما الآن فانا ارى احفادي يفعلون أشياء غريبة تحت ستار او عنوان (التربية الحديثة) لا وماهذه التربية الحديثة ؟
هل ان تعطى لابن الحرية الكاملة في كثير من الاشياء دون قيد !!
هذا أسوأ ما أخفذه من العصر الحديث - ومن الحضارة الغربية - فنحن شعب عربي اسلامي فيجب ان تعطى الحرية للابناء بالفعل - ولكن تكون هناك رقابة منا عليها وتوجيه كامل منا لاولادنا - فاذا حدث ذلك فالتنا ستكون قولا وفلا خير امة اخرجت للناس - والله على ما القول شهيد .



صديقتي القارلة ، ان دور العلم تمنح الدرجات والمؤهلات العلمية .. ولكن هذا ياصديقتي لن يكون كافياً لان تكوني مثقفة ذات اطلاع واسع .
وكثرة القراءة مع اختيار الكتب القيمة بما تحوي من مادة علمية وثقافية وادبية ودينية واجتماعية ترفع مستوى ثقافتنا ومعرفتنا بما تقضى به افكارنا ونفوسنا .
ولا يطلع هو اشبه مايكون بالاطيل الاجوف حتى وان حاول ان يكون شيئاً عن طريق مركز او جاه .
ان الثقافة التي تضفيها الى علمك بفضل كثرة اطلاعتك تمنحك الثقة بنفسك كما تمنحك احترام الآخرين وتقديرهم فالكاتب الذي تظنين أنك تضيفين فيه بعضاً من وقتك يرفع من مستوى ثقافتك ووعيك .. ولن تخسري تلك الدقائق او السويغات التي تضفيها في مطالعة كتابك لانك صرحت وقتك هذا ليسا سيمود عليك بالنفع والفائدة المؤكدة .
واللاست يعتبرين قراءة الكتب والاستمرار في المطالعة مضيفة للوقت .. ويفضل عليها النزهة والزيارات وحضور المناسبات ومشاهدة الافلام والمسلسلات هن مضطحات بلاشك .. وذلك لان عقولنا وفكرنا لا يتقدمون الا بالكتاب فهو الصديق الذي لا يتدن من ملازمة صديقه .. والانيس الذي يستمتع بما لديه من فوائد والجليل الذي يصدق القول والتصح هذا اذا نحن احسن اختياره ليكون لنا كذلك .. ولا غرابة في هذا فهو يزود عقولنا وفكرنا .. ويجعلها قادرة على المعطاء بلا حدود .



وفاة ثعلب الصحراء



کتب - حمد الراشد .

●● تتباين الاحلام من شخص لاخر هذا يتناجى نفسه ببلوغ ذرى المجد وبذاك يمنيها بالثروة والجاه وثالث بالخروج من صخب الدنيا بالسلامة والسترو بين العلم والواقع تغفو الحقيقة تحت جفن الزمن فهناك من ينهى رحلته ببلوغ اقصى اماليه وهناك من يرحل دون ان يلاسى (شفاء العلم) ونجينا الكبير اريين دابو الذي يتأهب بعد ساعات قليل لتوديع الجمهور المضيض فيما يشبه الدواع الاخير لمنعشقة الاولى (كرة القدم) حقق حلمه الذي ناضل من اجله منذ نعومة اظفاره وعاهو يعتزل الكرة بعد ان وهبها زهرة شبابه وعاش محلى ستين عمره

بعد ساعات قليلة سيقلق دابو على روية المشاعر الفياضة
يلوح للجماهير بولاش الفرقاب بعد ان ملأ ملاعب القافية ابداعا
كرويا على مدى خمسة عشر عاما .. وبعد ان ساهم وزملاءه في
تسطير صفحات المجد للكرة الاهلوية الشابه يودعنا دابو وقلبه
يقطر ألما وحزنا على فراق محبوبته التي جرى حبها في
عروقه وهو يرى انتصار عقله على عاطفته انتصار المنطق على
المشاعر فقد ادرك انه وصل الى النقطة التي يجب ان يتتول
عند حدودها ليظل خالدا في الاذهان .. مرسوما في الذاكرة في
مجال في التراجع ولها مجال للاستمرار فلقد اذنت النحلة
الحريرة التي تدمر فيها مشاعر الاحتراس والعز .. اليأس والرجاء
.. الصبر والألم لاتخاذ القرار الاخير ..

واللاعب الذكي هو الذي يدير شهره لكل ذنابات المجد
واغرامات الشهرة وان كان متواها قادراً على التفاعل معها
سنوات اخرى .. اللاعب الذكي هو الذي يختار الوقت المناسب
لاعلان انصافه عن الكرة وان كان حبه لها وعشقه لفتونها يفوق
بمراحل اساطير الهوى فى التوايخ العربى القديم .. وحسنا فعل
دابو عندما تجرد عن سهوة جواده وببعض ايامه مسحاً
الطريق لفارس جديد يواصل المشوار ويكمل السيرة .. وحسنا
فعلت ادارة الاهلى عندما واقتت وباركت هذه الخطوة الجريئة ..
واذا كنا نسلج اعجابنا الشديد بشجاعة دابو واعتزاله الكرة
فاننا نرجى الشكر والتقدير والرفان للايسر الرياضى
صاحب القلب الكبير خالد عبداللله على مواقفه المشرفة والرائعة
من مهرجان اعتزال دابو فقد ناهم بجهده وماله ووقته فى
توفير كافة اسباب النجاح لهذا المهرجان حيث استقدم على
ففقتة الخاصة فريق فينود بطل هولندا واشترط على اداة
الفريق مشاركة نجومه الكبار فى المباراة وفى مقدمتهم كرويف
وريب وياهواما تا ليكون اللقاء فى مستوى المهرجان فنيا
واعلاييا فضلا عن تحلل سمو تكاليف اصدار كتاب خاص
يحكى قصة امين دابو مع الكرة وهذا قليل من كثير ..

تكریم هذا اللاعب الفنان وأخص بالذكر نجوم الكرة الذين لبوا
نداء الزمالة والصداقة وجاءوا من بلادهم ليشاركوا دايو مباراة
اعتزاله الكرة ... وكذا نجومنا المحليون ...
وداعاً .. ثعلب الأملی ... مع تمنياتنا لك بالتوفیق ..



